ПРИЛОЖЕНИЕ
к СГ по специальности
44.02.01 Дошкольное образование

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«СГ.04. Физическая культура»

по специальности

44.02.01 Дошкольное образование

очной формы обучения

Квалификация - Воспитатель детей дошкольного возраста

Хасавюрт, 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе

_____ Мусаев К М.

«28» августа 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. №1351(в ред. Приказа Минобрнауки России от 25.03.2015 № 272)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н. Батырмурзаева»

- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2025/2029 учебный год

Разработчик: Пашаев Паша Ибрагимович, преподаватель физической культуры высшей категории ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н. Батырмурзаева»

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии спортивных дисциплин

Протокол №1 от 27.08.2025 г.

Председатель ПЦК _____ Пашаев П.И.

Рассмотрена и одобрена для применения в учебном процессе на заседании Методического Совета ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж им. З.Н. Батырмурзаева»

Протокол № 1 от 28.08.2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20

1. ОЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ. 04. Физическая культура»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ. 04. Физическая культура» является обязательной частью социально- гуманитарного цикла в соответствии с ФГОС по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

1.2. Цель и планируемые результаты освоение дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 08	<ul style="list-style-type: none">- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;- пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для специальности.	<ul style="list-style-type: none">- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;- основы здорового образа жизни;- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;- средства профилактики перенапряжения.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебных занятий

Вид учебных занятий	Объем часов			
	2 курс	3 курс	4 курс	Всего
Объем образовательной программы учебной дисциплины	69	67	50	186
в том числе:				
лекции	2 (2+0)			2
практические занятия	67 (26+41)	67 (28+39)	50 (24+26)	184
Промежуточная аттестация в форме зачета и ДИФ. ЗАЧЕТА			Из них 7ч ДЗ	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины физическая культура

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации учебной деятельности обучающихся	Объем часов/в том числе практические занятия	Коды ОК, ПК, ЛР формированию которых способствует элемент программы
	2 курс	69/67	
Тема: Социально-биологические основы физической культуры и спорта	Содержание учебного материала	2	ОК 08.
	1. Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; 2. Основы здорового образа жизни; 3. Зоны риска физического здоровья для специальности; 4. Средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и профилактики перенапряжения, стресса.	2	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	34	ОК 08.
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	В том числе практические занятия	34	ОК 08.
	Практические занятия 1. (Бег): низкий старт и стартовый разбег, высокий старт, бег по дистанции, бег 30 м, 100м, 500 м девушки, 1000 м юноши, бег до 2000 м, подготовительные и специальные упражнения для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта, повторный бег, эстафетный бег, подвижные игры и эстафеты с элементами бега, тестирование	14	
Тема: Метания гранаты (мяча) прыжки)	В том числе практические занятия	10	ОК 08.
	Практические занятия 2. (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; метания гранаты из-за головы с места с разворотом туловища, из положения стоя боком по направлению метания; переход от разбега к броску; метания гранаты в целом, подвижные игры и эстафеты с элементами метания.	10	
	В том числе практические занятия	10	

	Практические занятия 3. (Прыжки): выполнении специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники приземления и отталкивания; прыжки с разбега через натянутую скакалку; прыжки с трех пяти шагов разбега, с 10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги», прыжки в длину с разбега на дальность, подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков	10	
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	20	
	В том числе практические занятия	20	
	1. Баскетбол		
	2. Волейбол		
Тема: Баскетбол	Практические занятия 4. (Баскетбол): повторение ранее изученные элементы техники игры. Штрафные броски. Броски со средней дистанции. Групповые тактические действия. Быстрый прорыв. Игра в защите. Чередование подготовительных упражнений и выполнение изученных технических приемов. Упражнения для совершенствования навыков технических приемов посредством многократного выполнения технических элементов игры: ловля, передачи, броски, ведение на быстроту, учебная игра. Выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование техники игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча в сочетании; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях (с пассивным и полуактивным сопротивлением соперника); совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока без мяча; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; разучивание и совершенствование технических приемов и тактических действий при учебной игре в баскетбол; проведение подвижных игр и эстафет с элементами баскетбола; стритбол, учебная игра	10	ОК 08.
Тема: Волейбол	Практические занятия 5. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: стойки, передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение подачи мяча: прямая нижняя, прямая верхняя; разучивание элементарных тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; «Пионербол», учебная игра.	10	ОК 08.

РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	6/6	ОК 08.
	В том числе практические занятия	6	
	1. Строевая гимнастика		
	2. Элементы акробатики		
Тема: Строевая гимнастика,	Практические занятия 6. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в движении; перестроение уступом, и обратно;	2	
Тема: Элементы акробатики)	Практические занятия 7. (Элементы акробатики): выполнение различных видов ходьбы; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; подтягивания на низкой перекладине; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой; разучивание и совершенствование акробатических элементов: кувырки, стойки, мостик, перевороты; лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами; разучивания и совершенствования комбинаций по акробатике.	4	
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	8/8	
	В том числе практические занятия	8	
	1. Игры с элементами спортивных игр		
	2. Игры с элементами бега, прыжков и метания		
	4. Игры с элементами ОРУ		
Тема: Игры с элементами спортивных игр	Практические занятия 8. (Игры с элементами спортивных игр): Проведение подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», стритбол, баскетбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами других видов спортивных игр – «Лапта-бейсбол», «Держание мяча» (футбол), «Ручной мяч», «Салки баскетбольным мячом»	2	
Тема: Игры с элементами бега, прыжков и метания	Практические занятия 9. (Игры с элементами бега, прыжков и метания): Проведение подвижных игр – «Салки простые», «Знамя на кону», «Зайцы, сторож и Жучка», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Вызов номеров», «Круговая эстафета», «Кто быстрее» (с преодолением различных препятствий)	4	
Тема: «Веселые старты»	Практические занятия 10. («Веселые старты): Проведение эстафет: - линейные (с передачей эстафеты): с прохождением дистанции бегом по прямой, с переноской предметов, с выполнением кувырков, с преодолением препятствий, со скакалкой; - с мячами: передачами друг другу, бросками в различные цели, ведением; - с выполнением различных действий: с прыжками через гимнастическую	2	

	скамейку, переползанием по скамейке, подтягиваясь руками, приседаниями, перелазанием через условный забор, прыжком через условную канаву, переноской предметов, товарища (партнера)		
Тема: Игры с элементами единоборств	Практические занятия 11. (Игры с элементами единоборств): Проведение подвижных игр – «Перетягивание каната», «Коршун и наседка», «Поезда», «Кто сильнее», «Борьба на руках», «Вытолкни из круга» (взявшись за длинную палку-шест)	1	
	Всего	69 ч	
	3 курс	67/67	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	24	ОК 08.
	В том числе практические занятия	24	
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	Практические занятия 12. (Бег): выполнение подготовительных и специальных упражнений для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта, разучивание техники финиширования; повторный бег 2-3х20-30м, бег 100м, 500м (дев), 1000м (юн); разучивание и совершенствование техники бега по виражу, техники передачи эстафеты, тестирование; подвижные игры с элементами бега, эстафеты.	12	
Тема: Метания гранаты (мяча)	Практические занятия 13. (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; разучивание техники скрестного шага; метания гранаты из-за головы с разбега (с акцентом на последние три прыжковых шага), метания в целом на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами метания	6	
Тема: Прыжки в длину с разбега	Практические занятия 14. (Прыжки): выполнение специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники разбега и отталкивания; прыжки с разбега через натянутую скакалку; повторные прыжки с 12-15 беговых шагов разбега; прыжки с 10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги», прыжки в длину с разбега в целом на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков	6	ОК 08.

РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	24/24	ОК 08.
	В том числе практические занятия	24	
	1. Баскетбол.		
	2. Волейбол		
Тема: Баскетбол	Практические занятия 15. (Баскетбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных элементов игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях; совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока с мячом; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; совершенствование навыков ведения мяча; разучивание и совершенствование тактических действий: взаимодействия в двойках «Передал и вышел», наведение; взаимодействия в тройках «Тройка», «Малая восьмерка»; командные действия игроков в нападении и защите; учебная игра; стритбол.	12	
Тема: Волейбол	Практические занятия 16. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: стойки, передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение подачи мяча: прямая нижняя, прямая верхняя, нападающий удар; совершенствование технических приемов; разучивание элементарных тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; учебная игра.	12	ОК 08.
РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	8	ОК 08.
	В том числе практические занятия		
	1. Строевая гимнастика.		
	2. Элементы акробатики.		
Тема: Строевая гимнастика	Практические занятия 17. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в движении; перестроение уступом, и обратно; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; выполнение упражнений на гимнастическом бревне; подтягивания на низкой (девушки) высокой (юноши) перекладине; поднимание туловища из положения лежа на	4	

	спине; прыжки со скакалкой;		
Тема: Элементы акробатики)	Практические занятия 18. (Элементы акробатики): совершенствование акробатических элементов: кувирки, стойки, мостик, перевороты; совершенствования комбинаций по акробатике. лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами;	4	
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	9/9	ОК 08.
	В том числе практические занятия	9	
	1. Подвижные игры. Практические занятия 19. (Подвижные игры): Проведение подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», «Салки баскетбольным мячом» стритбол, «10 передач», баскетбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4. Проведение подвижных игр с элементами других видов спортивных игр – «Лапта-бейсбол», «Ручной мяч».	9	
	Всего	67ч	
	4 курс	50/50	
РАЗДЕЛ 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Содержание учебного материала:	22	ОК 08.
	В том числе практические занятия	22	
	1. Бег		
	2. Метания		
	3. Прыжки		
Тема: Бег на короткие и средние дистанции	Практические занятия 20. (Бег): выполнение подготовительных и специальных упражнений для бегуна на короткие дистанции; развитие скоростных качеств; развитие общей и специальной выносливости; совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции; совершенствование техники бега с высокого и низкого старта; повторный бег 2-3х20-30м; бег 30 м, 100м, совершенствование техники бега по виражу, техники передачи эстафеты; эстафетный бег; передачи эстафетной палочки, бег до 2000 м; 500 м девушки, 1000 м юноши; подвижные игры с элементами бега, эстафеты.	10	
Тема: Метания гранаты (мяча)	Практические занятия 21. (Метания): выполнение специальных и подготовительных упражнений метателя; совершенствование техники разбега с использованием скрестного шага; метания гранаты из-за головы с разбега (с акцентом на последние три прыжковых шага); метание гранаты на дальность; подвижные игры и эстафеты с элементами метания.	6	

Тема: Прыжки в длину с разбега	Практические занятия 22. (Прыжки): выполнение специальных и подготовительных упражнений прыгуна в длину; разучивание и совершенствование техники прыжка в целом; прыжки с разбега через натянутую скакалку; повторные с 10-12 м разбега на дальность способом «согнув ноги»; подвижные игры и эстафеты с элементами прыжков	6	
РАЗДЕЛ 2. СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	16	ОК 08.
	В том числе практические занятия	16	
	1. Баскетбол		
2. Волейбол			
Тема: Баскетбол	Практические занятия 23. (Баскетбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, быстроты; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных элементов игры в баскетбол: стойки, передвижения, передача и ловля мяча, ведение мяча; выполнение изученных элементов в движении, в усложненных условиях; чередование подготовительных, подводящих упражнений и упражнений на технику; совершенствование индивидуальной техники защиты: стойки, передвижения, опека игрока с мячом; совершенствование навыков броска мяча со штрафной линии, со средней дистанции; совершенствование навыков ведения мяча с изменением скорости и направления; разучивание и совершенствование тактических действий: взаимодействия в двойках «Передал и вышел», наведение; взаимодействия в тройках «Тройка», «Малая восьмерка»; упражнения для совершенствования навыков технических приемов посредством многократного выполнения тактических действий; командные действия игроков в нападении и защите; учебные игры; стритбол, учебная игра.	8	
Тема: Волейбол	Практические занятия 24. (Волейбол): выполнение упражнений на развитие координации движения, ловкости, прыгучести; выполнение специальных разминочных упражнений; совершенствование ранее изученных игровых приемов в волейболе: передвижения, прием и передача мяча сверху, снизу, передача и прием мяча над собой; выполнение верхней прямой подачи мяча в указанную зону; нападающий удар; совершенствование тактических действий при игре в волейбол; подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; учебная игра	8	
РАЗДЕЛ 3. ГИМНАСТИКА	Содержание учебного материала:	6	
	В том числе практические занятия	6	
	1. Строевая гимнастика.		

	2. Акробатика		
Тема: Строевая гимнастика,	Практические занятия 25. (Строевая гимнастика): выполнение различных видов ходьбы; выполнение строевых упражнений; выполнение поворотов на месте и в движении; строевая ходьба, перестроение из одной колонны в две, четыре в движении; перестроение уступом, и обратно; выполнение различных видов ходьбы; выполнение общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на гибкость; подтягивания на низкой перекладине; поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой;	2	ОК 08.
Тема: Элементы акробатики)	Практические занятия 26. (Акробатика): совершенствование акробатических элементов: кувырки, стойки, мостик, перевороты; лазание по гимнастической стенке и по канату различными приемами; совершенствования комбинаций по акробатике; упражнения на бревне: ходьба, повороты, прыжки, равновесия, соскоки; поднимание туловища, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	4	
РАЗДЕЛ 4. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ	Содержание учебного материала:	6	ОК 08.
	В том числе практические занятия	6	
	1. Подвижные игры		
	Практические занятия 26. (Подвижные игры): подвижных игр с элементами баскетбола – «Мяч капитану», «Десять передач», «Мяч своему», стритбол, баскетбол 4х4; с элементами волейбола – «Пионербол», «Пионербол с двумя мячами», пляжный волейбол, волейбол 4х4; с элементами других видов спортивных игр: «Тримбол» (перебрасывание мяча руками через волейбольную сетку, разрешается два падения мяча на пол), «Лапта-бейсбол», «Ручной мяч» (с завершением атаки ударом головой по мини-футбольным воротам), «Салки баскетбольным мячом»	6	
	Всего	50 ч	
	Итого обязательных часов	179 ч	
	Дифзачет	7 ч	
	Максимально	186 ч	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Наименование кабинета в соответствии с ФГОС	Учебно-наглядные пособия, учебное оборудование
Спортивный комплекс:	
Спортивный зал и зал ритмики и хореографии совмещены	Оборудование и спортивный инвентарь: <ul style="list-style-type: none">- конь гимнастический- мячи баскетбольные;- мячи волейбольные;- ракетки и шарик для тенниса;- спортивные маты;- стол теннисный;- гири спортивные;- штанга;- сетка волейбольная;- секундомер;- мячи футбольные;- ворота для мини-футбола;- кольцо баскетбольное;- стенка гимнастическая;- канат для лазания;- коврики гимнастические;- планка для прыжков в высоту;- дорожка для прыжков в длину;- набор гантелей, скакалка, палочка эстафетная, мяч для метания;- магнитофон
Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий	Площадка для баскетбола; <ul style="list-style-type: none">- для волейбола;- беговая дорожка;- щиты баскетбольные;- стойки волейбольные
Стрелковый тир	Комплект для стрельбы (электронный тир)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники.

1. Бишаева А. А. Физическая культура: Учебник для СПО / А. А. Бишаева. – 2-е изд., испр., и доп. – М.: Академия, 2011 г.
2. Макаров А.Н. Легкая атлетика. – 2-е изд., – М.: «Просвещение», 1987
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. – 4-е изд., - М.: Издательский центр «Академия», 2008 г.
4. Решетников Н. В., Кислицин Ю. Л. Физическая культура: Учеб. пособие для СПО – М., 2005.
5. Спортивные игры. Учебник для физ. ин-тов. Под ред. Портных Ю.И. М., «Физкультура и спорт», 1975.
6. Физическая культура: Учеб. пособие для СПО / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич и др.–10-е изд., стер–М.: Академия, 2011 г.
7. Филипович В.И. Теория и методика гимнастики. М.: «Просвещение», 1971
8. Яковлев В.Г. и Ратников В.П. Подвижные игры. Учеб. пособие для студентов фак. Физ. воспитания пед. ин-тов. М., «Просвещение», 1977

Дополнительные источники.

1. В.И. Лях Физическая культура 10-11 кл. М. Просвещение 2008 г.
2. Блеер А.Н. и др. Терминология спорта: Толковый словарь – справочник / А.Н. Блеер, Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер/.

Интернет-ресурсы.

[http:// www.edu.ru](http://www.edu.ru)- Библиотека портала

[http:// 21416 s 15.edusite.ru](http://21416.s15.edusite.ru) Раздел «ИКТ»

[http:// mamutkin.ucoz.ru](http://mamutkin.ucoz.ru)- Раздел «Электронные учебники»

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей. 	<p>Оценка «5» отлично выставляется студенту, если двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), легко и четко и показан соответствующий результат</p> <p>Оценка «4» хорошо двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений и показан соответствующий результат</p> <p>Оценка «3» удовлетворительно двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению и показан соответствующий результат</p>	<p>Педагогическое наблюдение,</p> <p>тестирование,</p> <p>контрольные упражнения</p>
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни. 	<p>Оценка «2» неудовлетворительно двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко и результат неудовлетворительный</p> <p>Оценка «зачтено» или «ДЗ» выставляется студенту при выполнении тестовых нормативов, если средний бал полученных отметок составляет «3» и более баллов</p> <p>Оценка «незачтено», если средний балл ниже «3».</p>	<p>Фронтальный опрос</p>